NA STRAŻY ZDROWIA



ROK I Polskie Towarzystwo Higjeniczne NR. 9

POLSKIE TOWARZYSTWO HIGJENICZNE

NA STRAŻY ZDROWIA

MIESIĘCZNIK

REDAKTOR DR. M. KACPRZAK

Prenumerata roczna zł. 2.40, z przesyłką zł. 3

Redakcja: Chocimska 24. Tel. 8-83-90. **Administracja:** Karowa 31. Tel. 663-46.

Rok I WARSZAWA — Wrzesień 1935 Nr. 9

Istnieją choroby zakaźne, z któremi walka jest trudna, choroby— w których największe wysiłki nie mogą nam zapewnić, że zdołamy je wykorzenić, że pozbędziemy się ich całkowicie. Te choroby są prawie jednakowo rozpowszechnione w krajach kulturalnych i niekulturalnych.

Istnieją choroby, których istnienie zależne jest tylko od uświadomienia i woli ludzkiej. Te choroby są rzadkie w krajach kulturalnych, jest ich wiele w krajach niekulturalnych. Do tej drugiej grupy chorób należy właśnie dur brzuszny, gdzieindziej już rzadki, u nas wciąż bardzo częsty.

Wiemy o tem dobrze, że dur brzuszny przenosi się tylko przez wydaliny ludzkie.

Żeby powstała choroba, trzeba, żeby kał albo mocz człowieka zakażonego durem brzusznym dostał się do ust zdrowego. Inaczej choroba nie powstaje. Człowiek nie chce wprost uwierzyć, żeby choroba, szerząca się tą drogą, mogła istnieć i być tak częstą. A jednak to jest niezbitą prawdą.

Mamy w Polsce corocznie około 20 tysięcy osób chorych na dur brzuszny. W samej Warszawie choruje z roku na rok z górą tysiąc, a umiera przeszło sto osób.

Stąd musimy wyprowadzić jeden prosty wniosek: to co pijemy, co jemy, co niesiemy do naszych ust jest stale zanieczyszczone wydalinami ludzkiemi. I to nietylko na wsi, ale i w mieście, nawet w stolicy. Czy u siebie—czy u obcych, czy w domu prywatnym—czy nawet w porządnej restauracji, zawsze nam grozi to samo — nieczystości ludzkie.

jak chleb razowy, kapusta, mięso i łakomie zjada w dużej ilości. I to się niekiedy kończy fatalnie.

Wiemy już, że zarazki duru brzusznego drogą krwi przedostają się do jelit. Otóż w jelitach wywołują one owrzodzenia. W miejscu takiego owrzodzenia ścianka jelita jest cienka i może pęknąć, wywołując krwotok lub zapalenie otrzewnej, które się zwykle kończy śmiercią. Już wielu chorych ginęło w ten sposób.

Naogół dur brzuszny jest chorobą ciężką, bo ze stu chorych nawet przy najlepszem pielęgnowaniu umiera do 10, a przy złem więcej. Po skończonej chorobie człowiek zarazki nosi przez dłuższy jeszcze przeciąg czasu w jelitach i wydala je wraz z kałem, niekiedy i z moczem. Taki człowiek, który już nie choruje, lecz zarazki nosi w sobie przez kilka tygodni, czasem przez parę miesięcy, niekiedy przez kilka - kilkanaście lat, nazywa się nosicielem.



Mucha, siadając na nieczystościach, przenosi je następnie na produkty spożywcze, które zanieczyszcza i zakaża.

JAK PRZENOSI SIĘ DUR BRZUSZNY.



M. K.

JAK ZARAŻAMY SIĘ DUREM BRZUSZNYM

Zarazki duru brzusznego znajdują się u człowieka w jelitach i wydostają się nazewnątrz z kałem. Niekiedy zarazki znajdują się również we krwi i wydostają się nazewnątrz z moczem.

Zwykle zarazki te nosi w sobie człowiek chory na dur brzuszny w okresie choroby. Pozatem każdy chory już po przebyciu choroby przez jakiś czas, zwykle przez parę tygodni, niekiedy przez parę miesięcy, lat, a w wyjątkowych okolicznościach nawet przez całe życie, nosi w sobie te zarazki i wydziela je wraz z kałem. Zdarza się wreszcie, że zarazki dostaną się do człowieka i nie są w stanie u niego wywołać choroby, ale mogą się mnożyć i żyć przez długi okres czasu w jego jelitach (kiszkach). Taki człowiek, który po przebytej chorobie, albo i bez choroby, nosi w swoich jelitach zarazki duru brzusznego i sam nie choruje, nawet nie cierpi z tego powodu, lecz zarazki rozsiewa wraz z wydalinami i innych może zakażać, nazywa się n o s i c i e l e m zarazków. Jest to bardzo ważne i wyjaśnia nam doskonale, że zarazić się można nietylko od człowieka chorego, który leży w łóżku, lecz i od zupełnie zdrowego, tak zwanego nosiciela.

Człowiek zaraża się spożywając coś, na czem lub w czem jest właśnie kał ludzki, albo mocz. Może to być woda, mleko, mogą być różne pokarmy spożywcze; zakażenie może nastąpić wreszcie i wprost przez ręce, jeżeli są zabrudzone wydalinami lub moczem. Omówmy to szczegółowiej.

A więc najpierw zakażamy się przez w o d ę. Spójrzmy na wodę w stawie albo w rzece. Jakie nieczystości do niej nie spływają? Wszystko tam jest: i śmiecie, i nawóz zwierzęcy, i padlina, i brud z bielizny, a nie brak kału i moczu ludzkiego, w których znajdują się zarazki duru brzusznego.

I w studniach naszych woda nie jest czysta. Często studnie są płytkie, albo cembrowina jest nieszczelna i z boków przecieka, albo z góry do nich wpadają wszelkie nieczystości, albo wreszcie czerpie się wodę brudnym wiadrem i co jeden zmyje ze swego wiadra, to drugi zabierze.

M l e k o jest zanieczyszczone najczęściej przy dojeniu. Wyobraźmy sobie, że w domu jest chory na dur brzuszny. Kto go dogląda? Matka, siostra, lub wogóle starsza kobieta, zwykle ta sama, która doi krowy.

Wystarczy, jeśli ta pielęgnująca osoba poda coś choremu np. naczynie nocne, albo jedzenie, poprawi mu pościel, zmieni bieliznę, przewróci go, a później, nie wymywszy rąk, pójdzie wydoić krowę. Przecież w ten sposób wszystko, co było na rękach, razem z mlekiem zdoi się do wiaderka.

Zdarza się czasem, że kobieta, która doi, nie choruje i chodzi do każdej roboty jako zdrowy człowiek, ale ma w kale albo w moczu zarazki duru brzusznego. Jeśli taka kobieta po załatwieniu potrzeby naturalnej nie wymyje rąk, a później doi krowy, zanieczyszczenie mleka choćby odrobiną wydalin jest prawdopodobne, a więc i zakażenie prawie pewne. Wszystkie przetwory nabiałowe jak masło, ser, lody, otrzymane z takiego mleka nieprzegotowanego, grożą wywołaniem choroby.

Warzywa i owoce zakażamy najczęściej, biorąc je brudnemi rękami. Bo pomyślmy tylko sobie, przez ile rąk przechodzi każde jabłko, jakie bierzemy do naszych ust i jak brudne są te ręce! Czego tylko na nich niema? Nie brakuje z pewnością i wydalin ludzkich, często zawierających w sobie zarazki duru brzusznego.

Zakażenie może nastąpić i przez pieczywo. Wiadomo dobrze, że kiedy człowiek kupuje pieczywo, to chce każdą bułkę, każdy bochenek dobrze ścisnąć, spróbować ręką, czy jest wypieczony — chrupie, czy nie chrupie. I naturalnie najpierw człowiek trzy — cztery naciśnie, obmaca, zanim piątą wybierze. Jak człowiek weźmie bułkę do ręki brudnej, to przecież troszkę tego brudu, choć niewidocznego, na tej bułce zostanie. Toż samo mamy w rodzinie: jeżeli człowiek, siadając do stołu, rąk nie wymyje, bo myśli sobie — są czyste, skoro brudu na nich nie widać i weźmie temi rękami bochenek chleba, łatwo ten chleb zanieczyści, zakazi. Podając chleb naszym najbliższym, podajemy nieraz i chorobę.

Słowem każdy produkt spożywany, jeżeli go dotykamy brudnemi rękami, albo myjemy brudną wodą, a później niesiemy do ust, może wywołać zakażenie durem brzusznym.

Wreszcie nawet nie produkt spożywczy, lecz każdy przedmiot, jak pióro, ołówek, gwóźdź, sznurek, jeżeli jest przypadkowo zanieczyszczony i my weźmiemy go do ust, bo przecież usta często służą za trzecią rękę, może wywołać zakażenie.

Nie należy także lekceważyć much. Wiadomo, że mucha siada na wszystkich nieczystościach, karmi się niemi. Wokoło naszych zagród wydalin ludzkich nie brak. Mucha siada na tych wydalinach, pożywi się niemi, zanieczyści sobie łapki i skrzydełka, a później usiądzie gdzieś

na chlebie, na mleku, wogóle na jedzeniu czy na naczyniu do jedzenia, albo wprost na twarzy i na ustach człowieka śpiącego. Przecież w ten sposób przenosi się wraz z nieczystościami i zarazki wywołujące chorobę.

Takie są oto proste sposoby przenoszenia tej groźnej choroby. Żeby nie zachorować — wystarczy strzec się wydalin ludzkich. Ale to czasem nie jest łatwo, szczególnie, jak się ma do czynienia z wielu obcymi, a niedbającymi o czystość ludźmi. Dopóki wszyscy ludzie nie nauczą się przestrzegać najprostszej czystości, dopóki człowiek będzie narażony na zetknięcie się z wydalinami ludzkiemi, na spożywanie ich wraz z pokarmami, będzie nas gnębił dur brzuszny, ta straszliwa plaga ludzi niekulturalnych, powiedzmy prosto — brudnych.

Wydaliny ludzkie — to jedyne źródło zakażenia durem brzusznym.

DR. EDWARD GRZEGORZEWSKI.

JAK ZABEZPIECZYĆ SIĘ PRZED DUREM BRZUSZNYM.

Że tyfus brzuszny, inaczej dur brzuszny, jest ciężką i niebezpieczną chorobą — o tem już wszyscy wiemy. Wiemy również dobrze, że na dur brzuszny wcale nie musimy chorować, odwrotnie—możemy prawie napewno go uniknąć.

Co więc trzeba robić, aby się zabezpieczyć przed durem brzusznym?

Przedewszystkiem trzeba pilnie wystrzegać się styczności z chorymi. Wydaliny chorych, a także czasem i zdrowych po przechorowaniu, zawierają miljony zarazków, z których każdy może wywołać chorobę. Bielizna i ubranie chorego, jego sprzęty, naczynia do jedzenia i t. d. z wyglądu wcale czyste, w rzeczywistości mają na sobie mnóstwo zarazków, tak, że stykając się z chorym zarazić się jest bardzo łatwo. Zatem należy się trzymać zdala od takiego chorego, najlepiej umieszczając go w szpitalu. Jeżeli jednak już człowiek się zetknął z chorym, to musi przestrzegać pewnych zasad, żeby sam się nie zaraził i na innych zakażenia nie przeniósł.

Naogół u nas w kraju dużo ludzi choruje na dur brzuszny i zarazki są porozsiewane prawie wszędzie, tak, że nigdy się nie wie, czy zjadając np. jakiś owoc, nie połyka się równocześnie całej kolonji zarazków. Nie wiemy, w której chwili mogą one nas zaatakować. Cóż więc w tych warunkach mamy robić? Zachować jak największą czystość! P r z e d e w s z y s t k i e m m y c i e r ą k — i to nie bylejakie zanurzenie w wodzie, ale porządne mycie z mydłem.

Ręce człowieka w ciągu dnia dotykają najrozmaitszych przedmiotów, często takich, których przed chwilą dotykał ktoś inny może bardzo brudnemi rękami. Nie możemy polegać na czyjejś czystości, więc lepiej dla pewności sami myjmy ręce. W dwuch przypadkach szczególnie ważne, wprost konieczne jest mycie rąk, a to przed jedzeniem, by przypadkiem, dotykając ust, nie wnieść wraz z jedzeniem zarazków, oraz po wyjściu z ustępu.

Durem brzusznym zaraża się człowiek, połykając zarazki; wynika z tego, że wszystko, co bierzemy do ust, musi być oczyszczone z zarazków. Potrawy gotowane z reguły nie mają tych zarazków, gdyż gotowanie zabija je. Uważać tylko trzeba, by potrawy się nie zanieczyściły po ugotowaniu.

Gorzej jest z produktami surowemi; gotowanie owoców i jarzyn nieraz pozbawia je dużych wartości — zatem poprzestać musimy na bardzo starannem wymyciu ich. Na mleko trzeba zwrócić baczną uwagę, bo sprzedawane w niechlujnych warunkach często może być źródłem duru. Słodkie mleko można gotować, natomiast zsiadłe, którego gotować nie możemy, powinno się spożywać tylko z pewnego i czystego źródła.

Wiele osób przypłaca zdrowiem, a nawet i życiem, niedbalstwo sprzedawców produktów spożywczych i własną lekkomyślność, kupując w brudnych sklepach zanieczyszczony towar. Im brudniejszy jest sklepik, im bardziej niechlujny sprzedawca, tem więcej kupujący ma sposobności do zakażenia się durem brzusznym. Wynika stąd ważna wskazówka — Nie kupować w brudnym sklepie.

Dużą rolę w szerzeniu się duru odgrywa woda, gdyż zarazki mogą żyć w niej przez pewien czas, a wszyscy ludzie piją większe lub mniejsze ilości wody. Pić należy wodę tylko pewną, to jest bądź wodociągową, bądź z bardzo dobrej, głębokiej, krytej studni, albo ze znanego bardzo czystego źródła. W innych wypadkach, gdy takiej wody niema, pić można tylko przegotowaną. Zawsze musi się zważać, by woda była w czystych, przykrytych naczyniach i należycie chroniona przed zanieczyszczeniem. Szczególnie niebezpiecznie jest pić wodę z bylejakich studni, z nieznanych źródeł, jak również wprost z rzeki albo ze stawu, jak to często nierozważni ludzie robią w drodze.

Czystość osobista, mieszkania, najbliższego otoczenia, ład i porządek w obejściu, daje już dużą możliwość, że się uniknie duru brzusznego. Nieraz bywa, że w pewnych miejscowościach zaczyna szczególnie dużo ludzi chorować na dur brzuszny. Takie zjawisko nazywamy epidemją. W czasie epidemji trzeba szczególnie się pilnować i przestrzegać największej czystości.

Jest jeszcze jeden środek, który daje dobre zabezpieczenie przed zachorowaniem na dur brzuszny, używany często przy epidemjach: jest to szczepienie. Po szczepieniu człowiek przez krótki czas może się czuć nieswojo, może nawet mieć gorączkę przez 1 — 2 dni, ale za to jest na jakiś okres, zwykle na cały rok, zabezpieczony przed zachorowaniem. Takie szczepienia stosują w wojsku, w różnych obozach i grupach robotniczych, a np. Amerykanie żądają, żeby każdy przyjeżdżający do nich emigrant przedtem zaszczepił się przeciwko durowi. W razie gdy ktoś zachorował w domu, szczepienie pozostałych osób może zabezpieczyć je przed zachorowaniem, ale tylko wówczas, kiedy jeszcze nie zdążyły się zarazić.

Poza tem, że człowiek sam się strzeże i zabezpiecza przed durem brzusznym, wiele jeszcze zależy od ogółu, od władzy, od miejscowego samorządu. Dostarczenie ludności dobrej wody, usuwanie nieczystości, nadzór nad czystością przedsiębiorstw spożywczych — wszystko to wymaga pracy gminy czy gromady. Tu świadomi obywatele dużo mogą zrobić, np. budując dobre studnie publiczne, ustępy, wprowadzając nadzór sanitarny, a jednocześnie stosując się do wydanych przepisów.

W ten sposób, podnosząc stan ogólny swojej miejscowości, zabezpiecza się też ludność (a więc i siebie i swoich najbliższych) przed ciężkiemi chorobami, jak dur brzuszny i czerwonka.

Wydaliny ludzkie — to jedyne źródło zakażenia durem brzusznym

Dr. STANISŁAW STYPUŁKOWSKI.

CO ROBIĆ, KIEDY CHORY NA DUR BRZUSZNY POZOSTAJE W DOMU.

Chory na dur brzuszny nie nadaje się do leczenia domowego i bezwzględnie powinien być kierowany do szpitali, zwłaszcza w złych warunkach mieszkaniowych.

W durze brzusznym mogą występować różne powikłania, czyli dodatkowe zachorowania, jako to zapalenie oskrzeli, płuc, odleżyny krwotoki wewnętrzne, zagrażające życiu chorego i t. p., a w szpitalu łatwiej sobie z tem dać radę. Dalej, jest to choroba bardzo udzielająca się i może zagrażać zdrowiu nietylko osób pielęgnujących chorego, lecz i pozostałym członkom rodziny, a przy małem uświadomieniu, sąsiadom bliższym i dalszym, a nawet całej ludności dzielnicy i miejscowości.

Stąd wynika potrzeba zupełnego oddzielenia chorego od zdrowych, zapewnienia mu dobrego pomieszczenia, stałej troskliwej opieki lekarskiej i pielęgniarskiej. I to wszystko na przeciąg nie jednego dnia lub tygodnia, lecz na okres kilku tygodni; w naszych warunkach mieszkaniowych jest to zadanie trudne i dlatego też radzimy zawsze skierować chorego do szpitala.

W Warszawie na stu chorych na dur brzuszny 93 leczy się w szpitalu, na wsi niezawsze jest to możliwe do przeprowadzenia. Nie należy przytem załamywać rąk z rozpaczy i zbytnio bać się chorego. Obowiązkiem naszym jest odważnie przystąpić do pracy i tak wszystko urządzić, żeby choremu było jak najlepiej i żeby rodzinę i otoczenie uchronić od zakażenia się.

Pierwszem naszem zadaniem jest oddzielić chorego. Jeżeli posiadamy tylko jedną izbę, należy przedzielić ją zasłoną na dwie części, oddając do ogólnego użytku tę część, gdzie znajdują się drzwi wejściowe i kuchnia. W tych warunkach, gdy rodzina jest liczna, jest konieczność przeniesienia do krewnych lub sąsiadów niektórych członków rodziny. Trzeba te osoby starannie wymyć, przebrać w czystą bieliznę i zmienić ubranie. Miejsce ich zamieszkania należy podać lekarzowi powiatowemu, który roztoczy nad niemi stały nadzór lekarski.

Przy podejrzeniu o chorobę któregokolwiek z członków rodziny zachować należy wszystkie ostrożności, jakbyśmy mieli do czynienia z człowiekiem już chorym.

Przez przygotowanie pokoju rozumiemy wyniesienie z niego wszystkich niepotrzebnych mebli i sprzętów. Jeżeli chory stykał się

już z temi przedmiotami, należy stoły, stoliki, ławy, łóżka i wszystkie inne usuwalne sprzęty dokładnie wyszorować wodą gorącą z mydłem szarem, miękkie rzeczy jak firanki, zasłony, serwety, chodniki należy wyprać, meble wyściełane najlepiej wynieść na dłuższy czas do pomieszczeń niezamieszkałych (na strych) i dopiero po jakimś czasie, po dokładnem oczyszczeniu i wytrzepaniu oddać do użytku.

W pokoju chorego powinno pozostać łóżko, ustawione tak, ażeby nie wiało od okna i zbyt nie grzało od pieca. Pozatem potrzebny jest mały stolik z lampą, lekarstwami i napojami i krzesło dla osoby pielęgnującej.

Pożądane jest, ażeby w pokoju chorego była szeroka ława, na której możnaby przekładać chorego. Pozwoli to dobrze przesłać łóżko, zmienić w razie potrzeby siano lub słomę w sienniku, da możność od czasu do czasu dokładnie przewietrzyć pościel. Słomę z siennika chorego należy spalić.

Pozatem należy przygotować kilka naczyń: do spluwania, po płukaniu ust, a nadewszystko do oddawania moczu i kału.

W okresie wysokiej gorączki i ciężkiego stanu chorego osoba pielęgnująca nie powinna kłaść się spać w nocy, kiedy śpią pozostali domownicy, lecz czuwać nad chorym, dokładnie wykonywując zlecenia lekarza, jak: zmiana zimnych okładów na głowie, podanie napojów orzeźwiających, lekarstw i t. p. Lepiej wtedy zdrzemnąć się na krześle.

Pod umiejętnem pielęgnowaniem chorego rozumiemy uporządkowanie chorego, jak się to mówi, zrobienie toalety, wymycie go i uczesanie, wykonanie zabiegów wskazanych przez lekarza. Trzeba to wszystko robić tak, aby chorego nie męczyć. Do tego potrzebne są pewne wiadomości i wprawa.

Należy pamiętać o głowie chorego. Przy długotrwałej obłożnej chorobie trudno i często zupełnie niemożliwe jest zapewnić należyte utrzymanie długich włosów, które zaczynają wypadać, zwijać się w kłęby i t. p. Dlatego włosy lepiej ostrzyc. Będą nawet mniej wypadać, a po powrocie do zdrowia odrosną szybko. Następnie należy pamiętać o utrzymaniu w czystości zębów i ust chorego, zwłaszcza w okresie wielkiej gorączki. Chory przytomny powinien myć zęby szczoteczką i kilka razy dziennie płukać usta. U chorego nieprzytomnego osoba pielęgnująca wyciera język rozczynem kwasu bornego, wodą utlenioną, gliceryną, lub innym płynem wskazanym przez lekarza. Ażeby chory w tym czasie nie ugryzł palca pielęgniarki, należy między szczęki wstawić łyżkę i zabezpieczyć się tym sposobem od zamykania ust.

Pozatem należy codzień dokładnie umyć chorego. Specjalnej pielęgnacji wymaga skóra w miejscach, na których wyraźnie widać ślady ucisku. Chorego, który dłuższy okres czasu jest w stanie nieprzytomnym, należy ułożyć wysoko na 2 poduszkach i kilka razy dziennie przekładać kolejno z jednego boku na drugi, wycierając plecy i pięty spirytusem, ażeby wzmocnić skórę i ochronić ją od odleżyn. Przy takiej pozycji chorego możemy ochronić go niejednokrotnie od choroby płuc. Wodę pochodzącą od płukania ust i mycia chorego należy zalać płynem odkażającym.

N a l e ż y p a m i ę t a ć, ż e d u r b r z u s z n y s z e r z y s i ę j e d y n i e p r z e z w y d a l i n y l u d z k i e, d l a t e g o t e ż m o c z i k a ł n a d u r b r z u s z n y n a l e ż y b e z w z g l ę d n i e n a t y c h m i a s t p o i c h o d d a n i u p r z e z c h o r e g o z a l a ć p ł y n e m o d k a ż a j ą c y m, b e z c z e g o n i e w o l n o w y l e w a ć z a w a r t o ś c i k u b ł a d o o g ó l n e g o u s t ę p u.

Takim bardzo skutecznym środkiem odkażającym jest m l e k o w a p i e n n e. Na jedną część wapna gaszonego należy brać dwie części wody, co daje płyn, którym zwykle posługujemy się do bielenia ścian. Lepiej używać wapna niegaszonego w ilości około 3 kilogramów na wiadro wody. Wodę do wapna dolewać stopniowo. Mleko wapienne kilka dni nie zatraca swych właściwości odkażających. Można więc odrazu przygotować rozczyn na kilka dni.

W przygotowanym naczyniu k a ł ulega odkażeniu i może być wylany do ogólnego ustępu dopiero po 2-u godzinach. Mleko wapienne może służyć do odkażania dołu kloacznego przez dolanie 1/3 jego zawartości.

W braku wapna można użyć popiołu drzewnego, który należy zalewać gorącą wodą, biorąc dwa razy więcej wody niż popiołu. Otrzymany po odstaniu się gorący ług też nadaje się do odkażania kału, szorowania podłóg i t. p.

Brudną bieliznę chorego należy zanurzyć do rozczynu sody, biorąc 1/4 kilograma sody na wiadro wody. Następnie bieliznę wyprać i wygotować.

W lecie przy sprzątaniu należy wypędzić i stale tępić muchy w pokoju chorego, a najlepiej założyć na okno siatkę z cienkiego drutu lub muślinu. Pamiętajmy, że muchy mogą przenosić zakażenie.

Dopóki chory jest w ciężkim stanie, nie mamy kłopotu z jego odżywianiem—chory nie ma apetytu. Wielkie trudności napotykamy w końcu choroby, kiedy chory ustawicznie prosi jeść. W tym okresie osoba pielęgnująca chorego powinna czuwać, ażeby chory potajemnie nie zjadł potrawy

niewłaściwej. Pamiętajmy, że w cienkich jelitach pod koniec choroby tworzą się owrzodzenia, które po spożyciu ciężkich potraw mogą dać krwotok wewnętrzny i spowodować śmierć u powracającego już do zdrowia chorego.

Obowiązki pielęgnowania chorego należy powierzyć jednej osobie, pamiętając o zapewnieniu jej godzin wypoczynku i snu.

Przed wyjściem z pokoju chorego osoba pielęgnująca zdejmuje swą odzież ochronną, czyli chustkę z głowy i fartuch, lub ubranie zwierzchnie, w którem była przy chorym i pozostawia go. Następnie zmywa dokładnie ręce w ciepłej wodzie z mydłem i zanurza je w płynie odkażającym według zlecenia lekarza. Osoba ta nie może pod żadnym powodem gotować jedzenia, doić krów i wogóle stykać się z produktami spożywczemi.

Trzeba także pamiętać o tem, ażeby choroby nie zanieść i do sąsiadów, nie roznieść po całej miejscowości i nie przenieść do innych osiedli. W tym celu i na drugiej połowie mieszkania powinna panować wzorowa czystość. Dalej nie należy przyjmować żadnych gości.

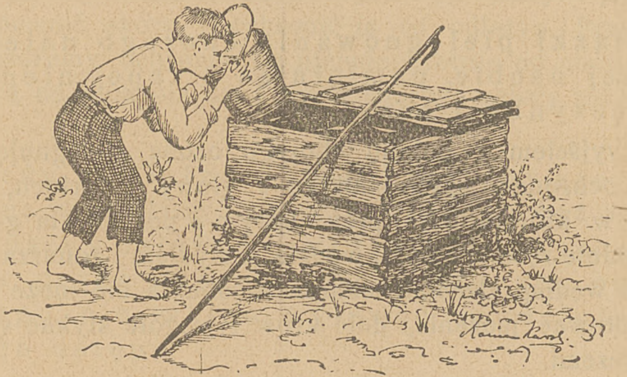
Wreszcie nie wolno z domu chorego sprzedawać nabiału, mleka, owoców i jarzyn, czyli tych produktów, które idą bezpośrednio do spożycia.

W drodze wyjątku lekarz powiatowy może zezwolić na sprzedaż tych produktów. Ale z zachowaniem niezbędnych ostrożności.

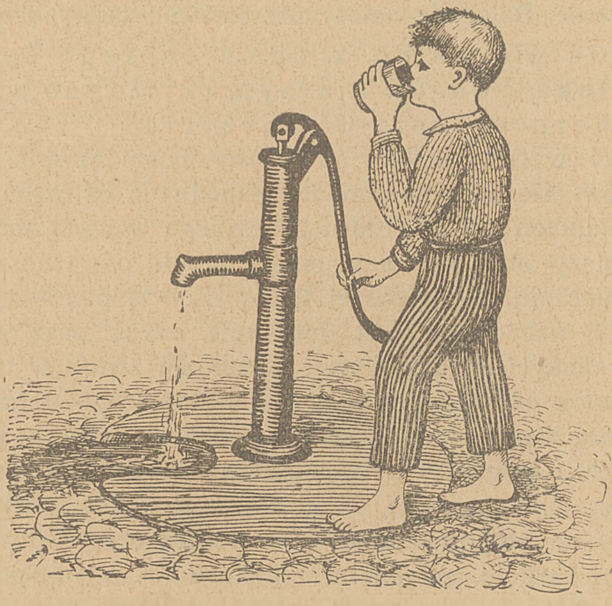
W przypadkach zgonu z duru brzusznego w myśl obowiązujących przepisów, należy stosować następujące środki ostrożności: 1) wzbronione jest zbieranie się większej liczby osób w pomieszczeniu, gdzie leżą zwłoki, 2) wzbronione jest dotykanie zwłok poza czynnościami związanemi z obmyciem, ubraniem i ułożeniem zwłok w trumnę, 3) do obmywania zwłok używać należy płynu odkażającego, naprzykład wody z mydłem, którą zlewa się do kubła z mlekiem wapiennym, 4) na dnie trumny umieścić należy warstwę substancji płynochłonnej grubości 5 cm. (trociny, miał torfowy), 5) po ułożeniu zwłok w trumnie należy ją natychmiast szczelnie zamknąć i zzewnątrz obmyć płynem odkażającym (roczyn karbolu, sublimatu, spirytusu i t. p.), 6) pomieszczenie, w którym osoba zmarła pozostawała, wszystkie przedmioty, które z nią pozostawały w styczności, jako też wóz, na którym zwłoki przewieziono, winny być poddane odkażaniu.

DLA DZIECI.

Jak nie należy



a jak należy czerpać wodę i pić.



Napiszcie do nas dzieci, jak się wam wydaje,
która woda jest lepsza i smaczniejsza i dlaczego?
Kto dobrze nam odpowie, dostanie w nagrodę książeczkę.

Druk. Koop. Prac. Druk. Warszawa, Zielna 47, Telefon 619 57.

DUR (TYFUS) BRZUSZNY.

Dur (tyfus) brzuszny szerzy się tylko jedną drogą—przez wydaliny ludzkie — kał, rzadziej mocz.

Zarazić się durem (tyfusem) brzusznym można tylko w jeden jedyny sposób — jeżeli kał albo mocz człowieka chorego albo takiego, który chorobę przebył i nosi w jelitach lub w moczu zarazki (nosiciela), dostaną się do ust zdrowego.

Zarazki z zakażonych wydalin dostają się do naszych ust z brudną wodą, z mlekiem zanieczyszczonem, z pieczywem, warzywami, owocami, których ktoś dotykał brudnemi rękami, albo na które w jakikolwiek sposób przeniesione zostały choć drobniutkie cząsteczki wydalin.

Muchy często przenoszą zarazki z wydalin ludzkich na produkty spożywcze.

Wydaliny ludzkie trzeba zawsze traktować jako możliwe źródło zakażenia durem brzusznym.

Ustrzec się duru brzusznego jest bardzo łatwo, trzeba tylko zabezpieczyć spożywane pokarmy przed zanieczyszczeniem wydalinami; w tym celu przedewszystkiem trzeba, żeby wydaliny ludzkie usuwane były tylko do dobrze urządzonych szczelnych ustępów (jeszcze lepiej kanalizacji).

Woda w studni powinna być czysta i zabezpieczona przed zanieczyszczeniem wydalinami ludzkiemi z góry — przez wiadro lub ściekanie brudnej wody, z boku — przez przeciekanie nieczystości.

Mleko winno być czyste, dojone starannie wymytemi wodą z mydłem rękami do wymytego w czystej wodzie naczynia.

Pieczywo, warzywa, owoce winny być zabezpieczone przed zanieczyszczeniem, t.j. głównie przed dotykaniem ich rękami i przed muchami.

Każdy winien myć ręce przed jedzeniem i za każdym razem po załatwieniu potrzeb naturalnych, dur brzuszny bowiem jest chorobą brudnych rąk.

Z domu, w którym jest chory na dur brzuszny, nie wolno sprzedawać, pożyczać ani dawać nikomu żadnych przedmiotów, a przedewszystkiem produktów spożywczych.

Ten, kto pielęgnuje chorego, nie powinien gotować, doić krów ani wogóle dotykać się produktów spożywczych, które później ma jeść ktoś inny, a po każdem dotknięciu się chorego, jego pościeli, lub naczyń winien starannie wymyć ręce wodą z mydłem.

Każdy przypadek duru brzusznego — to przestępstwo, spowodowane przez czyjeś brudactwo lub niedbalstwo, każdy przypadek duru brzusznego jest ciężką chorobą, która może doprowadzić do śmierci.